

Manuskrip Miftahul Umam

by Miftahul Umam Miftahul Umam

Submission date: 22-Aug-2023 11:24PM (UTC-0700)

Submission ID: 2149829170

File name: 142010070-2023-Manuskrip_Miftahul_Umam_-_UMAM_VESTUTA_BAJERO.pdf (795.22K)

Word count: 3847

Character count: 23325

**HUBUNGAN ANTARA MEROKOK DAN KUALITAS
TIDUR DENGAN ANGKA KEJADIAN *HIPERTENSI*
PADA PASIEN LANSIA**

(Studi di Puskesmas Ketapang, Kabupaten Sampang)

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan Dalam Rangka Untuk Melengkapi Sebagian
Persyaratan Menjadi Sarjana Keperawatan**



Oleh :

MIFTAHUL UMAM
NIM. 19142010070

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKes NGUDIA HUSADA MADURA
2023**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA MEROKOK DAN KUALITAS TIDUR
DENGAN ANGKA KEJADIAN *HIPERTENSI*
PADA PASIEN LANSIA**

(Studi di Puskesmas Ketapang, Kabupaten Sampang)

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh :

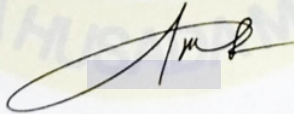
Oleh :

MIFTAHUL UMAM
NIM. 19142010070

Telah disetujui pada tanggal :

21 Agustus 2023

Pembimbing



Agus Priyanto, S.Kep., Ns., M.AP., M.Kep
NIDN. 0706089003



HUBUNGAN ANTARA MEROKOK DAN KUALITAS TIDUR DENGAN ANGKA KEJADIAN *HIPERTENSI* PADA PASIEN LANSIA

(Studi di Puskesmas Ketapang, Kabupaten Sampang)

Miftahul Umam, Agus Priyanto, S.Kep., Ns., M.AP., M.Kep

ABSTRAK

Lansia adalah tahap akhir dari proses penuaan yang mengalami penurunan fisik, mental, dan sosial secara bertahap. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara merokok dan kualitas tidur dengan jumlah kasus hipertensi pada pasien lanjut usia di Puskesmas Ketapang, berdasarkan temuan dari studi pendahuluan yang dilakukan di sana.

Studi ini menggunakan pendekatan cross-sectional. Studi ini dilakukan di Puskesmas Ketapang, yang terletak di Kabupaten Sampang. Antara Juni dan Juli 2023, ada 49 orang lanjut usia yang berkunjung ke Puskesmas Ketapang, dengan sampel terbesar 44 orang. Metode sampling acak sederhana digunakan untuk memilih subjek. Hipertensi adalah variabel dependen, dan merokok dan kualitas tidur adalah variabel independen. Kuesioner tentang kebiasaan merokok dan kualitas tidur PSQI digunakan sebagai instrumen penelitian. Uji spearman rank digunakan untuk menganalisis data. Uji Etik pada penelitian ini dilakukan dengan NO:1854/KEPK /STIKES-NHM /EC /VII/2023.

Hasil analisis data orang dewasa di Puskesmas Ketapang menunjukkan bahwa sebagian besar populasi kategori berat merokok 54,5%, sebagian besar populasi kategori buruk memiliki kualitas tidur 63,6%, dan sebagian besar populasi kategori hipertensi memiliki tingkat 1 63,6%. Dengan p-value 0,000, ada hubungan antara merokok dan kualitas tidur terhadap jumlah kasus hipertensi di Puskesmas Ketapang.

Berdasarkan temuan di atas, disarankan agar orang tua secara teratur melakukan pengontrolan tekanan darah di fasilitas kesehatan dan memastikan bahwa mereka memiliki cukup tidur dengan menghindari kebiasaan merokok dan faktor lain yang dapat menyebabkan gangguan tidur.

Kata Kunci : Merokok, Kualitas Tidur, Lansia, Hipertensi.

1. Judul Skripsi
2. Nama Mahasiswa Keperawatan STIKes Ngudia Husada Madura
3. Nama Dosen

THE RELATIONSHIP OF SMOKING AND SLEEP QUALITY WITH THE INCIDENCE OF HYPERTENSION IN ELDERLY PATIENTS

(Study at Ketapang Health Center, Sampang Regency)

11

Miftahul Umam, Agus Priyanto, S.Kep., Ns., M.AP., M.Kep

ABSTRACT

Elderly is the final stage of the aging process that experiences gradual physical, mental and social deterioration so that it is said to be a stage of decline. Based on the results of a preliminary study conducted by research at the Ketapang Health Center, the number of cases of hypertension was in the high category. The purpose of the study is to analyze the relationship between smoking and sleep quality on the incidence of hypertension in elderly patients at the Ketapang Health Center.

This study used a cross-sectional method. The elderly population visiting the Ketapang Health Center in June – July 2023 was 49 people. The sample size was 44 people. Subject retrieval using simple random sampling method. The independent variables were smoking and sleep quality, the dependent variable was the incidence of hypertension. The research instrument used PSQI and smoking habit questionnaire. Data analysis using spearman rank test. This research has been carried out an Ethical Clearance test by KEPK STIKES Ngudia Husada Madura.

The results of data analysis of the elderly at the Ketapang Health Center smoking habits were mostly weight categories 54.5%, sleep quality was mostly bad categories 63.6%, most categories of hypertension level 1 63.6% and tests with spearman rank statistical tests obtained $p\text{-value} = 0.000$ meaning that there was a relationship between smoking and sleep quality on the incidence of hypertension at the Ketapang Health Center.

Based on the results above, it is recommended that the elderly can routinely control blood pressure in health facilities and meet sleep needs by avoiding things that can cause sleep disorders such as smoking habits.

Key Words: Smoking, Sleep Quality, Elderly, Hypertension.

PENDAHULUAN

Lansia adalah tahap akhir dari proses penuaan di mana seseorang mengalami penurunan fisik, mental, dan sosial secara bertahap. Ini disebut sebagai tahap penurunan. Penuaan menyebabkan perubahan pada pembuluh darah, paru-paru, saraf, kulit, tulang, jantung, dan jaringan tubuh lainnya. Karena perubahan kondisi pembuluh darah yang terjadi seiring bertambahnya usia, pembuluh darah arteri mereka menjadi lebih keras dan tidak elastis, yang membuat mereka lebih rentan terkena hipertensi. Hipertensi disebut sebagai pembunuh diam karena penyakit ini sering tidak dilaporkan. Setelah mengalami komplikasi yang menyebabkan kerusakan organ, penderita menyadari bahwa dia terkena hipertensi. Beberapa organ yang dapat mengalami kerusakan termasuk pembuluh darah arteri perifer, ginjal, jantung, mata, dan otak (Harsismanto, et al., 2020).

World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia memiliki hipertensi. Jumlah ini meningkat setiap tahun, dan diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi.. Komplikasi

hipertensi diperkirakan menyebabkan 10,44 juta kematian setiap tahun. Di Indonesia, ada 63.309.620 kasus hipertensi dan 427.218 kematian akibatnya. Orang di antara usia 31 dan 44 tahun mengalami hipertensi (31,6%), orang di usia 45 hingga 54 tahun (45,3%), dan orang di usia 55 hingga 64 tahun (55,2%) (Ruslang, et al., 2021). Di Jawa Timur, prevalensi hipertensi sebesar 36,3%, yang meningkat seiring bertambahnya usia (Ratri & Zauhari,2022).

Data Dinas Kesehatan Jawa Timur pada tahun 2019 menunjukkan bahwa 11.952.694 orang di Jawa Timur memiliki hipertensi, dengan proporsi laki-laki 48% dan perempuan 52%. Selain itu, 40,1% penduduk, atau 4.792.862 orang, mendapatkan layanan kesehatan (Profil Kesehatan Jatim, 2019). Di Kabupaten Sampang pada tahun 2022, terdapat 15.730 ribu kasus hipertensi (Dinkes Sampang, 2023). Pada kunjungan dari Oktober hingga Desember 2022 di Puskesmas Ketapang, sebagai berikut.

Menurut hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 11 Januari 2023 di Puskesmas Ketapang, Kabupaten Sampang, pada bulan

Oktober, 219 orang lanjut usia mengalami hipertensi. gagal ginjal kronik, retinopati, dan kualitas tidur yang buruk dapat

Usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik, konsumsi garam, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok adalah faktor risikoutama hipertensi. Perubahan gaya hidup, seperti merokok, dapat menyebabkan peningkatan jumlah penderita hipertensi. Zat kimia dalam tembakau dapat merusak lapisan dinding arteri, meningkatkan kemungkinan penumpukan plak (Arlianti et al., 2019). Ketika bangun dari tidur pada pagi hari, hipertensi sering dikaitkan dengan kelelahan. Banyak faktor yang mempengaruhi kualitas tidur, seperti penyakit, kondisi lingkungan, kelelahan, gaya hidup, stres emosional, konsumsi alkohol, diet, dan merokok. Ketika seseorang mengalami gangguan tidur, mereka tidak akan mengalami penurunan tekanan darah, yang meningkatkan risiko hipertensi, yang dapat menyebabkan masalah yang lebih serius seperti penyakit kardiovaskuler. Hipertensi yang serius dapat menyebabkan stroke dan serangan jantung, dan jika tidak ditangani dengan benar, dapat memperparah hingga kematian. Komplikasi hipertensi seperti stroke, infark miokard, gagal jantung,

gagal ginjal kronik, retinopati, dan kualitas tidur yang buruk dapat mengganggu memori dan kemampuan kognitif. Tekanan darah tinggi, serangan jantung, stroke, dan masalah psikologis seperti depresi dapat muncul jika hal ini berlanjut selama bertahun-tahun (Rusdiana, 2019).

Di Puskesmas Ketapang Kabupaten Sampang, salah satu cara untuk mengurangi jumlah pasien lanjut usia yang merokok dan meningkatkan kualitas tidur mereka adalah dengan memberi tahu mereka tentang efek merokok yang dapat mengganggu pola tidur mereka dan meningkatkan angka hipertensi..

METODE PENELITIAN

Untuk desain penelitian ini, metode cross-sectional digunakan. Notoatmodjo (2014) menyatakan bahwa jenis penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki bagaimana faktor risiko dan efek berinteraksi satu sama lain. Jenis penelitian ini melibatkan variabel bebas dan variabel terikat yang diukur secara bersamaan.

HASIL PENELITIAN

4.1 Data Umum

4.1.1 Aspek Usia Responden
Tabel 4.1 Distribusi Jumlah Responden berdasarkan Usia di Puskesmas Ketapang Kabupaten Sampang 2023

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Lanjut usia (<i>elderly</i>) 60-74 tahun	36	81,8
2	Lanjut usia tua (<i>old</i>) 75-90 tahun	6	13,6
3	Usia pertengahan (<i>middle age</i>) 45-59 tahun	2	4,5
	Total	44	100

Tabel 4.3 Distribusi Jumlah Responden berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Ketapang Kabupaten Sampang 2023

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Laki-laki	44	100
	Total	44	100

Sumber : Data Primer, Juli (2023)

Semua responden adalah laki-laki, total 44 orang, seperti yang ditunjukkan dalam tabel 4.3.

Sumber : Data Primer, Juli (2023)

Sebanyak 36 orang, atau 81,8% dari responden, adalah lanjut usia (60-74 tahun), seperti yang ditunjukkan dalam tabel 4.1 di atas.

Tabel 4.4 Distribusi Jumlah Responden berdasarkan pekerjaan di Puskesmas Ketapang Kabupaten Sampang 2023

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Tidak bekerja	5	11,4
2	Petani	10	22,7
3	Peternak	3	6,8
4	Wiraswasta	24	54,5
5	PNS	2	4,5
	Total	44	100

Sumber : Data Primer, Juli (2023)

Sebanyak 24 orang, atau 54,5% dari responden, bekerja sendiri, seperti yang ditunjukkan dalam tabel 4.4.

Tabel 4.2 Distribusi Jumlah Responden berdasarkan pendidikan di Puskesmas Ketapang Kabupaten Sampang 2023

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Pendidikan Dasar (SD/SMP/MTs)	29	65,9
2	Pendidikan Menengah (SMA/MA/SMK)	13	29,5
3	Pendidikan Tinggi (Diploma/Sarjana/Magister/Spesialis/Doktor)	2	4,5
	Total	44	100

Sumber : Data Primer, Juli (2023)

Sebanyak 29 orang atau 65,9% dari responden menerima pendidikan dasar (SD/SMP/MT), seperti yang ditunjukkan dalam tabel 4.2 di atas.

4.2 Data Khusus

Tabel 4.5 Distribusi frekuensi kebiasaan merokok di Puskesmas Ketapang Kabupaten Sampang 2023.

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Ringan	0	0,0
2	Sedang	20	45,5
3	Berat	24	54,5
	Total	44	100

Sumber : Data Primer, Juli (2023)

Sebanyak 24 orang dari responden, atau 54,5%, merokok, menurut tabel 4.5.

4.1.3 Aspek Jenis Kelamin

4.2.2 Distribusi frekuensi tekanan darah

Tabel 4.6 Distribusi frekuensi tekanan darah di Puskesmas Ketapang Kabupaten Sampang 2023

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Hipertensi tingkat 1	28	63,6
2	Hipertensi tingkat 2	16	36,4
3	Hipertensi tingkat 3	0	0,0
	Total	44	100

Sumber : Data Primer, Juli (2023)

Sebanyak 28 orang, atau 63,6% dari responden, memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 1, seperti yang ditunjukkan dalam tabel 4.6 di atas.

4.2.3 Distribusi frekuensi kualitas tidur

Tabel 4.7 Distribusi frekuensi kualitas tidur di Puskesmas Ketapang Kabupaten Sampang 2023.

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Baik	16	36,4
2	Buruk	28	63,6
	Total	44	100

Sumber : Data Primer, Juli (2023)

Sebanyak 28 orang atau seperti yang ditunjukkan dalam tabel 4.7 di atas, 63,6% responden melaporkan kualitas tidur yang buruk.

4.2.4 Tabulasi silang Antara Kebiasaan Merokok Terhadap Hipertensi di Puskesmas Ketapang

Tabel 4.8 Tabulasi silang antara kebiasaan merokok terhadap hipertensi di Puskesmas Ketapang 2023

		Tekanan Darah						
		Hipertensi Tingkat 1		Hipertensi Tingkat 2		Hipertensi Tingkat 3		Total
Kebiasaan Merokok	Ringan	0	0	0	0	0	0	0
	Sedang	20	4	0	0	0	0	24
Total		20	4	0	0	0	0	24

Uji Spearman Rank :

- p value = 0,000

$\alpha = 0,05$

- correlation coefficient = 0,574

Berdasarkan tabel 4.8 di atas, 26 orang memiliki kebiasaan merokok kategori sedang, yang berarti mereka

memiliki hipertensi tingkat 1 (45,5% dari total populasi). Hasil uji spearman rank menghasilkan karena nilai Sig. (2 ekor) atau nilai p adalah $0,000 < 0,05$, H_0 ditolak dan H_a diterima.. Jadi, di Puskesmas Ketapang, ada hubungan antara kebiasaan merokok dan hipertensi. Koefisien korelasi sebesar 0,574 menunjukkan bahwa ada korelasi yang kuat antara kualitas tidur dan tekanan darah.

PEMBAHASAN

5.1 Gambaran Kebiasaan Merokok Pada Lansia di Puskesmas Ketapang

Hasil penelitian menunjukkan kesehatan meningkat dengan frekuensi bahwa 24 responden (54,5%) merokok. dan jumlah rokok yang dikonsumsi.

Ini sejalan dengan penelitian Alfi & Pendidikan adalah komponen yang Yuliwar (2020), di manaproporsi mempengaruhi kebiasaan merokok. responden berdasarkan status merokok. Menurut hasil penelitian, sebanyak 29 termasuk dalam kategori buruk (22,73 orang atau 65,9 persen responden persen) dan kategori baik (8,26 persen). menerima pendidikan dasar Semakin dewasa usia seseorang, (SD/SMP/MT). semakin banyak ia merokok.

Menurut penelitian lain yang penelitian Mahabbah & Fitria (2019), dilakukan oleh Setyaningtias (2019), yang menemukan bahwa 24 dari 24 merokok dapat menyebabkan nikotin responden (60,6%) merokok. Hal ini tertimbun dalam aliran darah, yang menunjukkan bahwa orang yang kurang menyebabkan pembuluh darah pendidikan cenderung merokok. mengeras dan penumpukan lemak. Merokok menjadi kebiasaan yang Akibatnya, kebutuhan darah tubuh membuat mereka terlihat bebas dan meningkat, yang mengakibatkan denyut dewasa di antara teman-teman jantung yang lebih tinggi. Sesak napas sebayanya. Ini meningkatkan akan muncul sebagai akibat dari denyut penampilan diri, rasa ingin tahu, stres, jantung yang lebih tinggi, yang kebosanan, keinginan untuk kelihatan menyebabkan ketidaknyamanan saat gagah, dan kecenderungan untuk tidur. menentang. Merokok juga dianggap

Menurut peneliti, sifat merusak dapat meningkatkan fokus, rokok tidak berdampak dalam jangka mempermudah pemecahan masalah, waktu pendek melainkan dalam jangka meredakan stres, dan menghilangkan panjang, yang menyebabkan orang tua kesepian. Orang lain tidak tahu bahwa merokok. Seseorang yang merokok saat merokok menyebabkan kanker, ini baru akan mengalami keluhan akibat penyakit jantung koroner, impotensi, rokok sekitar dua belas hingga lima dan penyakit lainnya.

belas tahun mendatang. Ini karena Peneliti berpendapat bahwa tingkat saluran pernapasan perokok penuh pendidikan berdampak pada gaya hidup ,seperti kebiasaan merokok dengan racun. Resiko gangguan , karena

seseorang yang berpendidikan rendah tidak tahu tentang kesehatan mereka dan mereka sulit atau lambat menerima informasi (penyuluhan) dari petugas, yang berdampak pada perilaku dan pola hidup sehat.

5.2 Gambaran Kualitas Tidur Pada Lansia di Puskesmas Ketapang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 28 responden (63,6%) memiliki kualitas tidur yang buruk.

Ini sejalan dengan penelitian Maria Fernanda (2019) yang menemukan bahwa 41,5% orang dewasa berusia 60 tahun ke atas mengalami gangguan tidur. Selain itu, penelitian Putu Arysta Dewi yang dilakukan pada tahun 2020 di Indonesia menemukan bahwa 40% orang dewasa berusia 60 tahun ke atas mengalami insomnia.

Lebih lanjut hasil penelitian Ekasari et al (2019) mengatakan bahwa seorang lansia terkadang merasa kesepian baik karena ditinggalkan pasangan jauh dari keluarga. Kondisi ini juga menjadi salah satu aspek psikologis yang menyebabkan banyak lansia mengalami gangguan tidur yang berakibat pada buruknya kualitas tidur lansia. Pendapat peneliti pada penelitian ini juga sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Harismanto et

Al (2020) yang mengemukakan adanya masalah pertemanan, keluarga dan lingkungan pada lansia yang menyebabkan mereka lebih banyak terjaga di malam hari, terlalu banyak memikirkan

masalah tersebut yang membuat mereka sedih sendiri sehingga membutuhkan waktu yang lebih lama untuk tidur. Belum lagi dengan keluhan penyakit yang diderita seperti asam urat, rheumatoid arthritis, hipertensi dan paru-paru

Peneliti menduga bahwa orang lanjut usia membutuhkan waktu lebih lama untuk masuk tidur (berbaring lama di tempat tidur sebelum tertidur) dan waktu lebih pendek untuk tidur nyenyak. Banyak gangguan ini dapat dikaitkan dengan proses patologis yang tidak dianggap sebagai bagian normal dari penuaan, tetapi perubahan pola tidur dapat menjadi bagian dari penuaan normal.

5.3 Gambaran Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Ketapang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 28 orang dari responden (63,6%) memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 1.

Penelitian Rosita D (2021) menemukan bahwa lebih banyak orang tua dengan hipertensi berada dalam rentang hipertensi stadium 1. Meskipun telah mencapai stadium satu, kondisi ini masih merupakan hipertensi karena hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi jangka panjang. Komplikasi dari hipertensi yang tidak terkontrol dikhawatirkan akan muncul, yang kadang-kadang tidak disadari oleh penderita..

Peneliti berpendapat bahwa proses penuaan secara alami mengubah fungsi tubuh manusia, termasuk perubahan pada sistem kardiovaskuler, yang menyebabkan pembuluh darah menjadi kaku dan kehilangan elastisitas, yang merupakan faktor utama dalam kerentanan hipertensi orang tua.

Jenis kelamin adalah salah satu faktor yang tidak dapat diubah yang mempengaruhi hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua responden adalah laki-laki, sebanyak 44 persen. Hasil penelitian ini didukung oleh Azhari (2019). Penelitian ini menemukan hasil yang sama untuk seluruh jenis kelamin, yaitu 60

responden laki-laki (100%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa p-value = 0,000 lebih rendah dari $\alpha = 0,05$, yang menunjukkan bahwa laki-laki memiliki tingkat hipertensi yang lebih tinggi daripada wanita. Peneliti juga menemukan bahwa laki-laki melakukan kebiasaan hidup yang lebih baik daripada wanita.

5.4 Hubungan Antara Kebiasaan Merokok dengan Angka Kejadian Hipertensi di Puskesmas Ketapang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa di Puskesmas Ketapang, kebiasaan merokok berkorelasi dengan hipertensi. Koefisien korelasi sebesar 0,574 menunjukkan bahwa ada hubungan yang kuat antara kebiasaan merokok dan tekanan darah.

Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Damanik & Sitompul (2020), yang menemukan bahwa kebiasaan merokok memiliki hubungan dengan hipertensi pada orang tua di Klinik Tutun Sehati Tanjung Morawa pada tahun 2019. Kebiasaan merokok meningkatkan kerja curah jantung dan kebutuhan oksigen tubuh. Kurangnya aktivitas fisik menyebabkan tubuh membakar lebih sedikit energi, sehingga

kelebihan energi akan disimpan dalam bentuk lemak. Hipertensi dapat disebabkan oleh penyimpanan yang berlebihan.

Hal ini mendukung penelitian Puspita A (2023), yang menunjukkan bahwa rokok mengandung bahan kimia yang sangat berbahaya. Zat kimia yang ditemukan dalam tembakau rokok dapat merusak lapisan dinding arteri, meningkatkan kemungkinan penumpukan plak di arteri. Selain itu, nikotin tembakau dapat meningkatkan tekanan darah. Setelah nikotin mencapai otak dalam beberapa detik, otak merespons nikotin dengan meminta kelenjar adrenal melepaskan adrenalin. Rokok mengandung nikotin dan karbon dioksida yang dapat merusak lapisan endotel elastisitas arteri, mengurangi pembuluh darah, yang menyebabkan darah tekanan meningkat. Hormon ini akan menyempitkan pembuluh darah dan memaksa jantung bekerja lebih keras karena tekanan yang lebih tinggi.

Menurut asumsi peneliti Merokok adalah penyebab utama hipertensi pada orang tua di Puskesmas Ketapang. Curah jantung lebih tinggi pada individu yang merokok secara teratur. Karena banyaknya kandungan kimia yang terkandung dalam rokok, rokok dapat

menyebabkan hipertensi. Merokok menyebabkan jantung bekerja lebih keras dan tekanan darah meningkat karena pembuluh darah menyempit.

5.5 Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Angka Kejadian Hipertensi di Puskesmas Ketapang

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara kualitas tidur terhadap hipertensi di Puskesmas Ketapang. Diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,444 artinya tingkat kekuatan hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah adalah cukup.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sartika et al. (2020), yang menemukan bahwa tekanan darah pada orang dewasa yang memiliki hipertensi. Dalam penelitian ini, orang dewasa dengan masalah tidur, waktu tidur yang relatif pendek, dan kualitas tidur yang buruk memiliki 1,84 kali kemungkinan terkena hipertensi dibandingkan dengan orang dewasa yang tidak memiliki masalah dengan tidurnya, jumlah tidur yang kurang, atau kualitas tidur yang buruk.

Ini mendukung penelitian Pradana S. (2019) yang menemukan bahwa tekanan darah meningkat 20% karena fungsi saraf otonom dan peristiwa fisiologis lainnya saat tidur. Ini karena saraf simpatik menurunkan 10-20% dari tekanan darah normal saat terjaga. Ini karena aktivasi sumbu hypotensi.

Selain itu, menurut temuan penelitian Fazriana et al. (2023), kualitas tidur adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah. Tidak cukup tidur dapat mengganggu keseimbangan fisik dan mental. Selain itu, hipertensi dapat disebabkan oleh durasi tidur pendek yang lama karena tekanan darah dan denyut jantung yang lebih tinggi selama 24 jam, sistem saraf simpatik yang lebih aktif, dan peningkatan retensi garam. Selanjutnya, tekanan darah akan meningkat karena perubahan struktural dalam sistem kardiovaskular. Diperkirakan salah satu faktor multifaktorial penyebab tekanan darah adalah mekanisme yang bertanggung jawab atas hubungan antara kualitas tidur yang buruk, juga dikenal sebagai gangguan tidur.

Peneliti berpendapat bahwa responden dengan kualitas tidur yang buruk dapat mengalami tekanan darah yang lebih tinggi dan mungkin hipertensi. Kualitas tidur yang baik sangat penting untuk mengatur tekanan darah, sistem kekebalan tubuh, sistem metabolisme, dan fungsi vital lainnya. Orang yang kurang tidur akan kurang fokus saat beraktivitas, merasa lelah, dan memiliki mood yang buruk. Tekanan darah akan meningkat jika Anda kurang tidur. Jika durasi tidur seseorang pendek, aktivitas saraf simpatik meningkat, menyebabkan stres, yang dapat menyebabkan hipertensi.

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

- Di Puskesmas Ketapang Kabupaten Sampang, orang tua merokok secara signifikan.
- Kualitas tidur orang tua di Puskesmas Ketapang, Kabupaten Sampang.
- Pasien lanjut usia dengan hipertensi tingkat 1 di Puskesmas Ketapang, Kabupaten Sampang.
- Ada korelasi antara merokok dan jumlah kasus hipertensi pada orang tua di Puskesmas Ketapang.
- Ada korelasi antara jumlah kasus hipertensi pada orang tua di

Puskesmas Ketapang dan kualitas tidur.

6.2 Saran

6.2.1 Saran Teoritis

Melalui penelitian ini, dijelaskan bahwa kualitas tidur yang buruk dan merokok berkorelasi dengan jumlah kasus hipertensi pada orang lanjut usia. Kualitas tidur yang buruk juga berdampak pada tekanan darah orang lanjut usia yang memiliki hipertensi.

6.2.2 Saran Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan skripsi ini akan memberikan informasi tambahan dalam ilmu keperawatan gerontik tentang hubungan antara merokok dan kualitas tidur dengan tingkat kejadian hipertensi pada pasien lansia.

Selain itu, diharapkan skripsi ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian lanjutan.

b. Bagi Tempat Penelitian

Skripsi ini diharapkan dapat memberikan lebih banyak informasi tentang peran penting meningkatkan kualitas tidur dan mengurangi kebiasaan merokok dalam mencegah hipertensi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Faktor tambahan termasuk genetika, riwayat keluarga,

konsumsi garam obesitas, kurangnya aktivitas fisik, kondisi lingkungan, rasa kelelahan, gaya hidup, stres emosional, konsumsi alkohol, dan diet. Karena penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok, mungkin ada peneliti lain yang akan melakukan penelitian tambahan tentang faktor-faktor ini dan kemudian menggunakan kelompok lain untuk melakukan penelitian ini.

d. Bagi Lansia

Hasil penelitian ini diharapkan orang tua yang lebih tua dapat melakukan pengontrolan tekanan darah secara teratur di fasilitas kesehatan dan menghindari penyebab gangguan tidur, seperti merokok.

DAFTAR PUSTAKA

Arlianti, A., Muhaimin, T., & Anwar, S. (2019). Pengaruh Aktivitas Olah Raga Dan Perilaku Merokok Terhadap Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Tomini Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong Tahun 2019. *Journal of Islamic Nursing*, 4(2), 1-8.

Azhari. (2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi. *Jurnal Amanah Kesehatan*, 2(1), 1-11.

- 13 Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2019). Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi. *Wineka Media*.
- 1 Fazriana, E., Rahayu, F. P., & Supriadi, S. (2023). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Risiko Di Puskesmas Linggar Kabupaten Bandung. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 15(2), 1-1.
- 3 Harsismanto, J., Andri, J., Payana, T. D., Andrianto, M. B., & Sartika, A. (2020). Kualitas tidur berhubungan dengan perubahan tekanan darah pada lansia. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(1), 1-11.
- 16 Notoatmodjo. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- 15 Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (4th ed)*. Jakarta : Salemba Medika
- 2 Puspita, A. (2023). *Literatur Review: Hubungan Antara Gaya Hidup Dan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia*. *Professional Health Journal*, 4(2sp), 111-125.
- 17 Rosita Damayanti, V. (2021). Hubungan Antara Intensitas Merokok Pada Pasien Hipertensi Dengan Derajat Hipertensi (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo).
- 9 Rusdiana, R., Maria, I., & Al Azhar, H. (2019). Hubungan Kualitas Tidur dengan Peningkatan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Guntung Payung. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 4(2), 78-84.
- 7 Sari, R. K., & Livana, P. H. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi. *Jurnal Ilmiah permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, 6(1), 1-10.
- 15 Setyaningtiyas. (2019). Hubungan Perilaku Merokok dengan Risiko Insomnia pada Lansia di Dusun Daleman Gadingharjo Sanden (Doctoral dissertation, STIKes Sapta Bakti).
- 29 Widiyawati, W., & Sari, D. J. E. (2020). *Keperawatan gerontik. Literasi Nusantara*.

Manuskrip Miftahul Umam

ORIGINALITY REPORT

22%

SIMILARITY INDEX

21%

INTERNET SOURCES

12%

PUBLICATIONS

8%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id Internet Source	2%
2	www.ojsstikesbanyuwangi.com Internet Source	2%
3	digilib.unisayogya.ac.id Internet Source	2%
4	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	1%
5	jurnal.umj.ac.id Internet Source	1%
6	journal3.uin-alauddin.ac.id Internet Source	1%
7	stikeswh.ac.id:8082 Internet Source	1%
8	Submitted to iGroup Student Paper	1%
9	repo.poltekkestasikmalaya.ac.id Internet Source	1%

10	Herawanto Herawanto, Wiwik Seftafiani, Rosmala Nur, Marselina Marselina. "Hubungan Antara Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur Dan Stress Dengan Kejadian Hipertensi Pasca Bencana Di Puskesmas Kamonji Kota Palu Tahun 2019 (Cross Sectional Study)", Preventif : Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2021 Publication	1 %
11	repository.stikesnhm.ac.id Internet Source	1 %
12	repository.unair.ac.id Internet Source	1 %
13	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet Source	<1 %
14	Submitted to LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part IV Student Paper	<1 %
15	repository.unj.ac.id Internet Source	<1 %
16	journal.thamrin.ac.id Internet Source	<1 %
17	eprints.umpo.ac.id Internet Source	<1 %
18	journal.ipm2kpe.or.id Internet Source	<1 %

19	ojs.stikesamanahpadang.ac.id Internet Source	<1 %
20	Sutrisni, Dewi Kartika Sari, Eka Lilyanti. "The Relationship Between Parents Perceptions And The Completeness Of Basic Immunization In Infants Aged 12-24 Months At Posyandu Sakura Air Upas, Ketapang Regency, West Kalimantan Province In 2022", Journal of Global Research in Public Health, 2023 Publication	<1 %
21	jurnal.poltekkespangkalpinang.ac.id Internet Source	<1 %
22	repository.phb.ac.id Internet Source	<1 %
23	repository2.unw.ac.id Internet Source	<1 %
24	text-id.123dok.com Internet Source	<1 %
25	uhn.ac.id Internet Source	<1 %
26	blogkumpulancontohskipsi.blogspot.com Internet Source	<1 %
27	media.neliti.com Internet Source	<1 %
28	ojs.uho.ac.id	

Internet Source

<1 %

29

publikasi.unitri.ac.id

Internet Source

<1 %

30

es.scribd.com

Internet Source

<1 %

31

hellosehat.com

Internet Source

<1 %

32

repositori.usu.ac.id

Internet Source

<1 %

33

www.hebergementwebs.com

Internet Source

<1 %

34

www.scribd.com

Internet Source

<1 %

35

Mory Kartika, Subakir Subakir, Eko Mirsiyanto. "Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020", Jurnal Kesmas Jambi, 2021

Publication

<1 %

36

Trihartuty Trihartuty, Pudji Lestari, Elida Ulfiana. "Aerobics Low Impact terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi", Journal of Telenursing (JOTING), 2022

Publication

<1 %

37

digilib.unila.ac.id

Internet Source

<1 %

38

download.garuda.ristekdikti.go.id

Internet Source

<1 %

39

ejournalhealth.com

Internet Source

<1 %

40

id.scribd.com

Internet Source

<1 %

41

jurnal.poltekkespadang.ac.id

Internet Source

<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off

Manuskrip Miftahul Umam

GRADEMARK REPORT

FINAL GRADE

GENERAL COMMENTS

/0

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9

PAGE 10

PAGE 11

PAGE 12

PAGE 13

PAGE 14

PAGE 15